

Косовська К. Р., здобувач вищої освіти,
Хмельницький національний університет
Журба І. Є., д.е.н., професор, завідувач кафедри
туризму та готельно-ресторанної справи,
Хмельницький національний університет.

ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕРАПЕВТИЧНОГО САДІВНИЦТВА В СІЛЬСЬКИЙ ЗЕЛЕНИЙ ТУРИЗМ В УКРАЇНІ

Сучасні реалії України створюють нові виклики для збереження психічного здоров'я населення. У таких умовах особливої потреби набувають альтернативні методи реабілітації, які поєднують фізичну активність та відновлення психоемоційної рівноваги. Одним із таких методів є терапевтичне садівництво, також відоме як гарденотерапія, яке вже показало себе ефективним у багатьох країнах по всьому світу.

Терапевтичне садівництво – активний або пасивний процес цілеспрямованого використання рослин і садів у терапевтичних і реабілітаційних заходах, призначених для позитивного впливу на здоров'я людей [1]. Робота в саду допомагає відновити концентрацію уваги, емоційну стабільність і мотивацію, а також сприяє соціальній адаптації, що є критично важливим після пережитих травматичних подій [2].

Гарденотерапія має важливу екологічну складову, що є значною перевагою порівняно з іншими методами соціальної реабілітації [3]. Один із напрямків, який може сприяти її розвитку, — це сільський зелений туризм. Саме у сільській місцевості, де є достатньо простору, чисте повітря та спокійна атмосфера, можна створювати центри терапевтичного садівництва, які допоможуть людям подолати психологічні травми та відновитися як фізично, так і емоційно.

Однією з найуразливіших категорій, які потребують ефективної реабілітації, є військові та ветерани, які пережили стресові та травматичні події. Кількість бійців, які повертатимуться з фронту, зростатиме і для них особливо важливо знайти спосіб відновлення, що поєднує фізичну активність, психологічну підтримку та інтеграцію в мирне життя. Використання прихованих можливостей природи сприятиме відновленню внутрішніх ресурсів та допоможе запобігти розвитку ПТСР [4].

У межах реабілітаційних програм було би доцільно облаштовувати сади для медитації, створювати локації для відпочинку, а також навчальні майданчики, де люди зможуть отримувати знання про вирощування рослин та їх догляд, вивчати основи землеробства та просто проводити час на природі. Додатково розвиток таких ініціатив стимулює місцеву економіку, залучаючи державні та приватні інвестиції в сільську інфраструктуру [5].

Сільський зелений туризм може також сприяти популяризації реабілітації через організацію екскурсій. Організація таких турів може передбачати знайомство з методами терапевтичного садівництва, участь у

майстер-класах з догляду за рослинами або просто спостереження за природою. Це зробить гарденотерапію не лише важливим способом реабілітації, але й допоможе розвитку туристичного життя регіону.

Для того щоб гарденотерапія стала частиною офіційних реабілітаційних програм в Україні, потрібно впроваджувати комплексний підхід, що охоплює як державні ініціативи, так і громадську активність. Необхідно розробити нормативно-правову базу, яка б визначала гарденотерапію офіційним методом реабілітації. Не менш важливим є підготовка кваліфікованих фахівців, які зможуть працювати з різними групами населення [4]. Для цього потрібно створювати навчальні програми та сертифікаційні курси для терапевтів, садівників і реабілітологів, які будуть спеціалізуватися на використанні садівничої терапії.

Крім цього, значним аспектом є популяризація терапевтичного садівництва серед населення. Інформаційні кампанії, публікації наукових досліджень, проведення конференцій сприятимуть поширенню знань про цей метод реабілітації. Варто також розвивати партнерства з громадськими організаціями, які займаються питаннями реабілітації, охорони здоров'я та соціальної адаптації. Залучення місцевих громад та розвиток гарденотерапії у межах сільського зеленого туризму може значно підсилити її ефективність.

Отже, терапевтичне садівництво має значний потенціал для покращення психічного здоров'я населення, особливо в умовах сучасних викликів в Україні. Його поєднання з сільським зеленим туризмом відкриває нові можливості для ефективної реабілітації, соціальної адаптації та розвитку громад. Для реалізації цього потенціалу необхідне комплексне впровадження на державному рівні, підготовка фахівців і активна підтримка з боку суспільства.

Перелік використаних джерел

1. American Horticultural Therapy Association (AHTA). URL: <http://www.ahta.org>
2. Cherie E. Therapeutic Horticulture as a Healing Tool for Veterans. 2020. URL: https://www.researchgate.net/publication/341767392_Therapeutic_Horticulture_as_a_Healing_Tool_for_Veterans
3. Clatworthy J, Hinds J, McCamic P. Gardening as a mental health intervention: A review. Ment. Health Rev. J. 2013, 18, 214–225. URL: https://www.researchgate.net/publication/257143385_Gardening_as_a_mental_health_intervention_A_review
4. Ходімо в сад: Як зелені зони Львова можуть допомогти у психологічній реабілітації військових і цивільних. Zaxid. URL: https://zaxid.net/statti_tag50974/https://zaxid.net/statti_tag50974/
5. Ю. Мосаєв, Н. Дерев'янка, О. Григоренко. Методичний посібник з питань впровадження гарденотерапії в Україні: методичний посібник. ГО «НАМ НЕ БАЙДУЖЕ». Запоріжжя, 2020. 40 с.